

which includes a strategy for obtaining new knowledge, identifies certain steps, and a general program of activities.

An expert assessment method was chosen to assess the success of the developed methodology for the training course preparation. The experts evaluated the quality of the methodology according to the certain indicators.

Hence, the most important indicator of quality, which is best implemented in applying this technique, is the principle of visibility in learning. The most important indicator, according to experts, is the principle of systematization and sequencing of training process. Therefore, it is expedient to pay more attention to the systematization of educational material, conclusions on the issues outlined, updating knowledge on topics passed, etc.

Thus, in the course of this work, the actual task of developing the methodology of training course in the Ukrainian Engineering-Pedagogical Academy from the profession «hairdresser» was solved.

**Keywords:** coursework, education, worker, hairdresser, production training, methodology, curriculum, training program, educational discipline.

**Попова Татьяна**

Украинская инженерно-педагогическая академия

### **ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО - ПРАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ СТУДЕНТОВ В ХОДЕ КУРСОВОЙ ПОДГОТОВКИ В УКРАИНСКОЙ ИНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ ПО ПРОФЕССИИ «ПАРИКМАХЕР»**

В статье рассмотрены перспективы реализации курсовой подготовки в Украинской инженерно-педагогической академии по профессии «Парикмахер», определены ее основные цели, задачи и компоненты и разработана методика использования курсовой подготовки на примере производственного обучения.

**Ключевые слова:** курсовая подготовка, образование, рабочий, парикмахер, производственное обучение, методика, учебный план, учебная программа, дисциплины.

### **ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА**

**Попова Тетяна Іванівна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри технологій і дизайну Української інженерно-педагогічної академії.

*Коло наукових інтересів:* професійна підготовка фахівців швейного профілю, перспективи розвитку технологічної та інженерно-педагогічної освіти.

УДК 371.21

**Пуляк Ольга<sup>1</sup>, Сидорчук Тетяна<sup>2</sup>, Хріненко Юлія<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка, <sup>2</sup>Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова

### **ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ**

У статті окреслено проблему специфіки навчання студентів з посттравматичним стресовим розладом. Наголошено, що для подолання негативних психологічних наслідків події, що відбуваються в країні, потрібна взаємодія керівника навчального закладу, фахівців психологічної служби та всіх учасників навчально-виховного процесу. Зокрема розглянуто медичні, психологічні та методичні аспекти навчання таких студентів; обґрунтовано потребу впровадження якісного моніторингу стану здоров'я студентів та вчасного виявлення ПТСР, створення системи комплексної підготовки викладацького складу навчальних закладів до особливостей навчання студентів з ПТСР. Таку систему слід спрямувати на інформаційну, просвітницьку, роз'яснювальну роботу для збереження фізичного й психічного здоров'я та профілактику постстресових станів як студентів і викладацького складу навчальних закладів.

**Ключові слова:** негативні психологічні наслідки, посттравматичний стресовий розлад, здоров'я.

**Постановка проблеми.** Нині Україна переживає складний період, пов'язаний з воєнними діями та терористичними актами. На жаль, багато українських громадян, втому числі й нинішні та майбутні студенти, психологічно не готові жити в постійних стресових умовах. Це негативно впливає на їхню психіку, що й викликає низку побічних

наслідків, з-поміж яких найбільш серйозним є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Особи, у яких виявляється цей розлад, проблематично співіснують із соціумом. Таким індивідам складно навчатися, навчати інших, підтримувати нормальні стосунки в оточуючому середовищі.

Сьогодні особливо зростає потреба свідомої активності викладачів та керівників навчальних закладів, спрямованої на підтримку, регулювання й формування здорового соціально-психологічного клімату в групах, де навчаються студенти з ПТСР. Для подолання негативних психологічних наслідків, пов'язаних з подіями, що відбуваються в країні, важливою є взаємодія керівника навчального закладу, фахівців психологічної служби та всіх учасників навчально-виховного процесу.

**Аналіз актуальних досліджень.** Проблему ПТСР активно почали обговорювати в науковій літературі в 70-их р. минулого століття, коли одержали суперечливі результати проведених досліджень, спрямованих на вивчення психологічних травм людей, які пережили Голокост, демобілізованих військовослужбовців, що воювали у В'єтнамі, Кореї, Афганістані. Американські психіатри Р. Грінкер і Д. Шпігель є одними з перших науковців, які почали розглядати відстрочені психічні стани у ветеранів бойових дій як реакції на бойовий стрес. Учені окреслили найбільш характерні відстрочені реакції, застосували поняття «реакція боротьби» і «реакція після бою». Численні зарубіжні дослідження доводять, що багато людей, які стали очевидцями або учасниками бойових умов, не поранені, не хворі потребуватимуть реабілітації щодо профілактики наслідків, пов'язаних з отриманою психологічною травмою. Зокрема, міжнародні напрацювання засвідчують, що маніфестація психічної патології часто може спостерігатися через місяці або навіть і роки після повернення до мирного життя [3].

У сучасних непростих умовах, в Україні активно запроваджуються різнопланові заходи для профілактики ПТСР. МОН наголошує на важливості вживання заходів для максимального забезпечення навчальних закладів практичними психологами та соціальними педагогами, методистами з психологічної служби районних (міських) методичних кабінетів, працівниками навчально-методичних кабінетів (центрів) психологічної служби системи освіти і налагодження належного психологічного супроводу всіх учасників навчально-виховного процесу системи освіти України загалом [7].

28 вересня 2017 р. МОН підтримало ініціативу приєднання України до Декларації про безпеку шкіл [4], яку було відкрито для приєднання країн на міжнародній конференції, організованій урядом Норвегії в Осло 28–29 травня 2015 р. Нині документ схвалили 69 країн. На основі цього документа держави мають змогу висловити широку політичну підтримку щодо захисту закладів освіти від атак, зокрема завдяки схваленню й використанню Вказівок із захисту шкіл та університетів від використання з військовою метою під час збройного конфлікту.

Як відомо, проблеми ПТСР активно досліджують зарубіжні, й українські медики, психологи, педагоги. З-поміж яких С. Васильєвим, Д. Зубовський, Д. Романовською, О. Ілашук О. Корольчук, В. Алещенко, О. Хміляр, О. Буряк, М. Гіневським та ін.

**Мета дослідження** полягає в з'ясуванні медико-психологічних ознак посттравматичних стресових розладів та методичних особливостей навчання студентів з такими ознаками.

Для досягнення поставленої мети варто використати такі **методи дослідження**: аналіз, систематизація та узагальнення інформації, з викладеної в теоретичних джерелах з проблеми ПТСР.

**Виклад основного матеріалу.** Посттравматичний стресовий розлад є психологічним станом, який виникає в наслідок психотравмуючих ситуацій, що виходять за межі звичайного людського сприйняття й фізичної цілісності суб'єкта або

інших людей. Вирізняється пролонгованим впливом, має латентний період, і виявляється впродовж терміну від шести місяців до десяти років після перенесення одноразової або повторюваної психологічної травми, спричиненої воєнними діями, важкою фізичною травмою, сексуальним насильством або загрозою смерті [1].

За твердженням дослідників, залежно від ступеня участі в бойових діях варто розмежовувати чотири групи осіб, які страждають від впливу ПТСР:

- бійці Збройних сил та Національної гвардії;
- жителі регіону, охопленого війною, та біженці, вимушені переселенці;
- родичі військовослужбовців, які беруть участь у бойових діях;
- полонені [2].

Ці особи зазнали абсолютно різних психогенних впливів, тому для них використовують різні алгоритми медичної та психологічної допомоги. Однаковою для всіх може бути лише фармакотерапія.

Поширеність ПТСР безпосередньо залежить від частоти стресових ситуацій. У цій статті термін «стрес» визначає не реакцію організму, а стан гомеостазу, який забезпечує потрібну активність людини в певних умовах середовища.

У наслідок впливу на організм стресового подразника активізується функція гіпофізу: залоза починає в підвищеній кількості виділяти адренкортикотропний гормон, який стимулює діяльність кори наднирників. Ті починають виробляти більше гормонів, зокрема кортикостероїдів. Кортикостероїди стимулюють механізми, завдяки яким організм пристосовується до нових умов [1].

На думку Г. Сельє, слід виокремлювати три стадії стресу, під час якого відбуваються зміни в організмі:

1. Стадія тривоги - найперша стадія, що виникає після появи подразника, який викликає стрес. Наявність такого подразника спричиняє низку фізіологічних змін: прискорення дихання й частоти серцевих скорочень, підвищення тиску. Ці зміни виникають через викид великої кількості адренкортикотропного гормону.
2. Стадія резистентності виявляється тоді, коли стрес-фактор, який викликав цей стан, продовжує діяти. Тоді організм захищається від стресу, витрачаючи «резервний» запас сил, з максимальним навантаженням на всі системи організму. Підвищення стійкості та протидії організму до надзвичайних подразників відбувається внаслідок гіпертрофії кори наднирників з підвищенням секреції кортикостероїдів та адреналіну.
3. Стадія виснаження характеризується тим, що зменшуються розміри кори надниркових залоз, знижується продукція глюкокортикоїдів, що знову повертає організм до стану «бойової тривоги», однак захищатися стає просто нічим. Це спричиняє загибель організму в цій стадії, і тому трапляються випадки, коли людина завдає шкоди собі й навколишнім [1, 2].

Епідеміологічна оцінка поширення ПТСР, що ґрунтується на результатах психіатричних обстежень потерпілих внаслідок масштабних екстремальних ситуацій (катастроф, війн тощо), засвідчує, що це захворювання може охоплювати від 15 % до 40 % потерпілих [3]

На думку психологів, особи, що страждають на ПТСР стають особливо відкритими і вразливими. Водночас у них спостерігаються зміни в когнітивній сфері – посилення жорстокості, безкомпромісності, ригідності до моральних орієнтирів суспільства, зниження порогів чутливості до соціальних впливів тощо. Нерідко з'являться й інші клінічні ознаки: нав'язливі спогади (про пережиті події) які виникають без зовнішнього подразника і сприймаються реально; розлади сну; зниження пам'яті та уваги; депресія; неможливість перебувати в соціумі та сім'ї внаслідок нападів агресії; зловживання алкоголем та наркотиками; неспецифічні соматичні скарги (головний біль), суїцидальні думки. У осіб з ПТСР часто виявляються соматичні та психосоматичні розлади, які

виявляються у хронічному м'язовому напруженні, підвищеній втомлюваності, виразці шлунку, коліті, болю в ділянці серця, респіраторному синдромі [5].

Психологи наголошують на тому, що студенти, у яких спостерігаються ознаки ПТСР, потребують особливого піклування й підтримки. Вчинки такої особи складно зрозуміти, вона може замкнутися чи стати «байдужою». Іноді її поведінка нестабільна, непередбачувана. ПТСР може навіть спричинити до втрати інтересу, зацікавленості, збайдужіння до колишніх захоплень і уподобань. Досить часто в людини з посттравматичним стресовим розладом виникає потреба постійно говорити про травматичну подію. Це частина процесу її одужання, тому важливо поступово скеровувати її розмови на навчальні досягнення, життєві успіхи, майбутню професію, роботу, стосунки тощо. Потрібно також бути щирими й правдивими у своїй підтримці. Краще просто взяти за руку чи обійняти, ніж обіцяти нездійсненне або фальшиво підбадьорювати. Не можна казати: «Візьми себе в руки!», «Забудь про це!», «Не згадуй більше!», однак не треба також виконувати функцію журі чи підтримувати позицію жертви. Минуле повинно стати досвідом і залишитися в минулому [6].

Розв'язання цієї проблеми стратегічно полягає в об'єднанні зусиль лікарів, психологів, психотерапевтів, викладачів. Співпраця на благо цієї категорії людей повинна бути синергічною, поєднувати та примножувати зусилля кожного.

**Висновки.** Аналіз літературних джерел, наукових праць, інформації ЗМІ дає змогу стверджувати, що наявна в цій галузі освіти вітчизняна база наукових досліджень віддзеркалює лише окремі проблемні питання з розв'язання нагальних потреб навчання студентів з ПТСР. Поза увагою залишаються питання щодо створення максимально дестигматизованих умов для продовження активної та продуктивної навчальної діяльності таких студентів.

Фахівці наполягають на важливості запровадження якісного моніторингу стану здоров'я студентів та вчасному виявленні ПТСР. Отже, вважаємо, що на сьогодні актуальною є потреба створення системи комплексної підготовки викладацького складу навчальних закладів до навчання студентів з ПТСР. Таку систему слід спрямувати на інформаційну, просвітницьку, роз'яснювальну роботу щодо збереження фізичного й психічного здоров'я а також для профілактики постстресових станів у студентів і викладацького складу навчальних закладів.

#### БІБЛІОГРАФІЯ

1. Алещенко В. І. Психологічна реабілітація військовослужбовців з постстресовими психічними розладами: Навчальний посібник / В. І. Алещенко, О. Ф. Хміляр. – Харків, ХУПС. – 2005.
2. Буряк О. О. Військовий синдром «АТО»: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні / О. О. Буряк, М. І. Гіневський, Г. Л. Катеруша // Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил. – 2015. – № 2. – С. 176–181.
3. Васильєв С. П., Зубовський Д. С.; Психодіагностика посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців // Український психологічний журнал: збірник наукових праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка. – 2016. – № 1. – С. 6–16.
4. Декларація про безпеку шкіл [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.protectingeducation.org/sites/default/files/documents/safe\\_schools\\_declaration\\_ukrainian.pdf](http://www.protectingeducation.org/sites/default/files/documents/safe_schools_declaration_ukrainian.pdf)
5. Корольчук О. Л., Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні // Інвестиції: практика та досвід: науково-практичний журнал / Чорноморський держ. ун-т ім. Петра Могили; ТОВ «ДСК Центр». – К., 2016. – С. 104–111
6. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти. Методичний посібник / Упор.: Д. Д. Романовська, О. В. Ілащук. – Чернівці: Технодрук, 2014. – 133 с.
7. Урядовий портал / Прес-служба Міністерства освіти і науки: управління освіти на місцях необхідно забезпечити належний психологічний супровід всіх учасників навчально-виховного процесу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.kmu.gov.ua/control/publish/article?art\\_id=247489193](http://www.kmu.gov.ua/control/publish/article?art_id=247489193).

Puliak Olha<sup>1</sup>, Sidorchuk Tatiyna<sup>2</sup>, Khrinenko Ylia<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State Pedagogical University

<sup>2</sup>Vinnitsa National Pirogov Memorial Medical University

# FEATURES OF STUDIES OF STUDENTS ARE WITH POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER

*The Ukrainian state in our time experiences hard times that is related to the military operations and assassinations. Persons with traumatic stress disorder are problematic to be in a coexistence with society. It is difficult to study such individuals, to support normal relations in surroundings. For overcoming of negative psychological consequences of events that take place in a country, close co-operation of leader of educational establishment, specialists of psychological service and all participants of educational-educator process is needed. The department of education and science of Ukraine marks the necessity of acceptance of measures in relation to the maximal providing of educational establishments practical psychologists and social teachers, methodists from psychological service of district (municipal) methodical cabinets, by the workers of educational and methodical cabinets (centers) of psychological service of the system of education and adjusting of the proper psychological accompaniment of all participants of educational-educator process of all system of formation of Ukraine on the whole.*

*It is confessed scientists, that traumatic stress disorder is a time that necessarily will show up through years bomb - will touch all educational establishments to the country, in fact in the affected of anti-terror operation zone present and future students. Distribution of traumatic stress turns a few next years. Rehabilitation of повинна to be complex, to include a pharmacological, psychiatric and psychological help. Major constantly to retain them in sign of social services, doctors, psychologists. The analysis of literary sources, scientific works, information of mass medias gives an opportunity to come to the conclusion, that existing in this sphere of education the home base of scientific researches lights up only separate problem questions in relation to the decision of urgent necessities of studies of students from traumatic stress disorder. Questions remain unsolved in relation to creation of maximally favourable terms for continuation of active and productive educational activity.*

*Thus, to our opinion, already coming to a head necessity of creation of the system of complex preparation of teaching staff of educational establishments to the features of studies of students with traumatic stress disorder. Such system must be sent to informative, elucidative work in relation to maintenance of physical and psychical health and also prophylaxis of the post-stress states as students so teaching staff.*

**Keywords:** negative psychological consequences, traumatic stress disorder, health

Пуляк Ольга<sup>1</sup>, Сидорчук Татьяна<sup>2</sup>, Хриненко Юлия<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка, <sup>2</sup>

Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова

# ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ С ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИМ СТРЕССОВЫМ РАССТРОЙСТВОМ

*В статье рассмотрена проблема особенностей обучения студентов с посттравматическим стрессовым расстройством. Указана значимость того, что для преодоления негативных психологических последствий событий, которые происходят в стране, важно обеспечить тесное взаимодействие руководителя учебного заведения, специалистов психологической службы и всех участников учебно-воспитательного процесса. Рассмотрены медицинские, психологические и методические аспекты обучения таких студентов. Основана важность введения качественного мониторинга состояния здоровья студентов и своевременного выявления ПТСР, создать такую систему комплексной подготовки преподавательского состава учебных заведений к особенностям обучения студентов с ПТСР. Такую систему необходимо направить на информационную, просветительскую, разъяснительную работу относительно сохранения физического и психического здоровья и профилактику постстрессовых состояний как студентов, так и преподавательского состава учебных заведений.*

**Ключевые слова:** негативные психологические последствия, посттравматическое стрессовое расстройство, здоровье.

## ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

**Пуляк Ольга Василівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії і методики технологічної підготовки, охорони праці та безпеки життєдіяльності Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.

**Сидорчук Тетяна Миколаївна** – викладач кафедри медицини катастроф та військової медицини Вінницького національного медичного університету ім. М. І. Пирогова.

**Хриненко Юлія Вікторівна** – студентка 2 курсу Вінницького національного медичного університету ім. М. І. Пирогова

*Коло наукових інтересів:* проблеми збереження здоров'я.